

## مكافحة بق الفراش في المنازل

عند محاولة مكافحة بق الفراش في منزلك :

- يمنع استخدام المبيدات الحشرية الخاصة بالزراعة أو الحديقة
- يمنع استخدام المنتجات التي يبدو انها "محلبة الصنع" أو المنتجات التي تم شراؤها من شخص ما بدون رخصة .

ان اكثر الطرق فعالية للتخلص من بق الفراش هي تلك التي تعتمد على مجموعة من التدابير الكيميائية و العلاجات الحرارية المطبقة من قبل الفنيين لادارة الافات ( PMP). لسوء الحظ يمكن لمثل هذه الخدمة ( PMP ) أن تكون مكلفة. لهذا السبب نحن هنا نقدم المعلومات حول كيفية السيطرة على تفشي بق الفراش بنفسك.

ان عملية السيطرة على بق الفراش بنفسك عملية صعبة للغاية و تستهلك وقت طويلا. تتطلب هذه العملية تحريك أثاث المنزل، مقتنيات البيت و الأغراض الشخصية. اعمل خطة لكيفية معالجة كل غرفة. أعد لاقامة " منطقة نظيفة". أرضيات نظيفة، لوحات، شبابيك و سجادات نظيفة. لمزيد من المعلومات حول كيفية اعداد منطقة نظيفة يمكنك الذهاب الى الموقع [www.bedbugs.umn.edu](http://www.bedbugs.umn.edu) . عالج الأغراض و انقلهم الى المنطقة النظيفة و من ثم اعد نقلهم الى الغرفة التي تم تنظيفها.

**قتل بق الفراش باليد** ليست طريقة فعالة 100% . بالامكان القبض على الحشرات و سحقها او التقاطها و ازلتها بواسطة الشريط اللاصق. ان تكرار هذه الطريقة لأكثر من مرة يمكنه تقليل عدد الحشرات بشكل كبير.

الأدوات التي يمكن استخدامها في اصطياد بق الفراش و القضاء عليه: ضوء كشاف، بطاقات ائتمان قديمة، شريط لاصق شفاف، أكياس بلاستيكية، ماء ساخن مع صابون.

الخطوات: استخدم الضوء الكشاف و بطاقة الائتمان للبحث عن بق الفراش وذلك بتحريك البطاقة خلال الشقوق لاجراج البق. استخدم الشريط اللاصق للامسك بالبِق. استخدم الماء و الصابون لتنظيف مكان الحشرات، بقع الدم، البيوض واثار البِق.

**الشفط بالمكنسة الكهربائية:** يساعد على الامسك السريع بالحشرات و عدم انتشارها. اشفط جميع الفراغات حول الواح القواعد و الادوات الالكترونية ( كالتلفاز و الستيريو) و اي اماكن اخرى يمكنها الاختباء فيها على الأرجح. فرغ المحتويات في كيس بلاستيكي و احكم اغلاقه و ارمه بعيدا. ثم قم بت نظيف المكنسة الكهربائية جيدا. عند استخدام مكنسة بكيس ضع الكيس داخل كيس بلاستيكي و احكم اغلاقه و تخلص منه. تأكد من عدم وجود حشرات بق الفراش داخل المكنسة حتى تمنع انتشارها مرة اخرى.

• بق الفراش هي حشرات صغيرة بحجم بذرة التفاح.

• حشرات بق الفراش البالغة عادة ما يكون لها جسم بيضاوي مسطح، أحمر اللون .

• تتغذى حشرات بق الفراش على الدم البشري ويمكنها العيش لمدة سنة دون غذاء. وتنشط هذه الحشرات عادة في الليل عندما يكون الناس نائمين.

• بعض الناس لا يتأثرون بلدغة بق الفراش. ولكن البعض الاخر ممن يتأثرون بها تظهر على جلدهم بشكل تورم صغير أو لدغة كبيرة تسبب حكة بحسب درجة حساسية الشخص لللدغة. قد تظهر علامات اللدغة بعد ساعات أو أيام من اللدغة وعادة ما تحصل اللدغة على الجلد المكشوف اثناء النوم و احيانا في خطوط الجلد .

• اذا كنت تشك بوجود بق الفراش، فيمكنك البحث عن الحشرات ذاتها، بقع دموية، مخلفات، بيوض أو بقايا جلد

- مكان جلوسك أو نومك
- في داخل الفرشة، أطر السرير، صندوق النوايض الموجود تحت المفروش أو المراتب
- في شقوق اثاث غرفة النوم، أرضية السرير، النوافذ، اطارات الأبواب و منافذ الكهرباء.

تذكر دائما أن بق الفراش حشرات صغيرة مسطحة وسريعة.

لمزيد من المعلومات يرجى الاتصال على الخط الساخن لبق الفراش 612-624-2200

1-855-644-2200

bedbugs@umn.edu,

أو زوروا الموقع

[www.bedbugs.umn.edu](http://www.bedbugs.umn.edu)



By Amelia Shindelar and Dr. Stephen Kells, 2012  
Funding for "Let's Beat the Bug" Campaign provided by the United States Environmental Protection Agency. Additional assistance from the Minnesota Department of Health was greatly appreciated.

The University of Minnesota is an equal opportunity educator and employer.



# هيا نقضي على بق الفراش!

البخار احدى الطرق الفعالة جدا، اذا استخدمت بالشكل الصحيح ، للقضاء على البق سواء كان بيوض او يرقات او حشرات بالغة. تلعب جودة الة التبخير دورا هاما جدا لذا استخدم الة بخار بسعة لا تقل عن جالون واحد مع امكانية التحكم بالصوت. استخدم القطع الاضافية للارضيات لأنها تسمح للبخار باختراق نسيج الأثاث و الستائر و لكن ليس الى الدرجة التي من الممكن ان تقذف بالبِق بعيدا. للقضاء الفعال على بق الفراش يجب أن تكون حرارة الأسطح مباشرة بعد مرور البخار عليها ما بين 160-180 درجة فهرنهايتية. يمكن استخدام ميزان الحرارة لمراقبة الوضع. يجب مراعاة الحذر الشديد في هذه العملية اذ من الممكن ان يتسبب البخار بالحروق.

**الغسيل** هو وسيلة فعالة جدا لمعالجة المواد التي يمكن وضعها في الغسالة أو النشافة. قم بجمع البياضات والملابس القذرة، واحكم اغلاقها في أكياس بلاستيكية لحين غسلها لتقليل فرصة انتشار بق الفراش. استخدام أعلى درجة حرارة يمكن للنسيج تحملها اثناء الغسيل والتجفيف. للمواد التي لا يمكن غسلها، قم بتجفيفها لمدة 30 دقيقة على أعلى درجة حرارة يمكن للنسيج تحملها.

**التجميد** للمواد الموبوءة يعتبر وسيلة سهلة لقتل بق الفراش. كل ما تحتاجه هو المجمد وبعض الوقت. عند تجميد المواد لقتل بق الفراش سوف تحتاج إلى ترك المواد في الثلاجة لمدة 4 أيام على الأقل في درجة حرارة صفر فهرنهايتي أو أقل.



**أغطية الفراش** تمنع بق الفراش من الاختباء داخل الفرشة التي تعتبر موقعا رئيسيا لاختباء الحشرات ويصعب علاجه. إذا أصيبت الفرشة بالبِق، فيجب تغطيتها لاحتواء حشرات بق الفراش التي

ستبدأ في الموت بعد اسبوعين ولكن يجب ترك الغطاء لمدة 18 شهرا على الأقل. بالإضافة إلى ذلك، يمكن تنظيف أغطية الفراش بسهولة إذا حدث غزو جديد. اشترى أغطية الفراش الخاصة ببِق الفراش حيث ان الأغطية المصممة فقط للحد من المواد المسببة للحساسية قد لا توقف بق الفراش.



**المعالجة الجافة الحرارية** هي وسيلة فعالة لمكافحة بق الفراش. ويجري هذا العلاج فقط من قبل إدارة الأوقات المهنية من أجل ضمان أن المواد و الغرف التي أصيبت ببِق الفراش قد وصلت إلى درجة الحرارة المطلوبة لمكافحة الأوقات بفعالية. لا تحاول تجربة العلاج الحراري بنفسك.

**مبيدات الحشرات** هي جزء مهم من الطرق التي يمكن بها السيطرة على بق الفراش فكما هو شائع عن بق الفراش انه يمكن لبعض الحشرات التحرك بعيدا عن موقع الإصابة الرئيسي إلى موقع آخر. استخدم جميع المبيدات الحشرية بعناية ووفقا للغرض المطلوب كما هو موضح عليها. ينصح بشدة أن تقوم بالاستعانة بفني ادارة الافات لتطبيق مبيدات الحشرات المناسبة. لا تحاول علاج إصابة بق الفراش بمبيدات الحشرية وصفت لغيرها من الحشرات حيث يمكن أن تتسبب في تفريق بق الفراش وزيادة المساحة المصابة.